

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Kontrol Diri

##### 1. Pengertian Kontrol Diri

Kontrol diri (Ghufron, 2012) seringkali diartikan sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif. Kontrol diri juga merupakan salah satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan individu selama proses-proses dalam kehidupan, termasuk dalam menghadapi kondisi yang terdapat di lingkungan yang berada disekitarnya. Para ahli berpendapat bahwa kontrol diri dapat digunakan sebagai suatu intervensi yang bersifat preventif selain dapat mereduksi efek-efek psikologis yang negatif dari stressor-stressor lingkungan.

Kontrol diri (Ghufron, 2012) merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya serta kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan untuk menarik perhatian, keinginan untuk mengubah perilaku agar sesuai bagi orang lain, menyenangkan orang lain, selalu konform dengan orang lain, menutup perasaannya.

Thalib (2010) menyatakan kontrol diri sebagai kemampuan individu dalam mengendalikan dorongan baik dari dalam diri maupun luar diri

## Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

individu. Calhoun dan Acocella (dalam Ghufroon, 2012) mendefinisikan bahwa kontrol diri (self-control) sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri. Sementara dalam pandangan Goldfried dan Merbaum, kontrol diri diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif. Kontrol diri juga menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan.

Calhoun dan Acocella (dalam Ghufroon, 2012) mengemukakan dua alasan yang mengharuskan individu mengontrol diri secara kontinu. Pertama, individu hidup bersama kelompok sehingga dalam memuaskan keinginannya individu harus mengontrol perillakunya agar tidak mengganggu kenyamanan orang lain. Kedua, masyarakat mendorong individu untuk secara konstan menyusun standar yang lebih baik bagi dirinya. Ketika berusaha memenuhi tuntutan, dibuatkan pengontrolan diri agar dalam proses pencapaian standar tersebut individu tidak melakukan hal-hal yang menyimpang.

Synder dan Gangestad (dalam Ghufroon, 2012) mengatakan bahwa konsep mengenai kontrol diri secara langsung sangat relevan untuk melihat hubungan antara pribadi dengan lingkungan masyarakat dalam mengatur

## Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kesan masyarakat yang sesuai dengan isyarat situasional dalam bersikap dan berpendirian yang efektif.

Menurut Mahonay dan Thoresen dalam Robert (dalam Ghufron, 2012), kontrol diri merupakan jalinan yang secara utuh (integrative) yang dilakukan individu terhadap lingkungannya. Individu dengan kontrol diri tinggi sangat memerhatikan cara-cara yang tepat untuk berperilaku dalam situasi yang bervariasi. Individu cenderung akan mengubah perilakunya sesuai dengan permintaan situasi sosial yang kemudian dapat mengatur kesan yang dibuat perilakunya lebih responsif terhadap petunjuk situasional, lebih fleksibel, berusaha untuk memperlancar interaksi sosial, bersikap hangat, dan terbuka.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa control diri merupakan bentuk penguasaan atau pengendalian diri agar tertuju pada suatu tujuan yang hendak dicapai, bagaimana individu mengelola, mengarahkan dan mengatur perilaku agar menjadi lebih bermanfaat dan dapat membawa konsekuensi positif pada setiap individu.

## 2. Aspek-Aspek Kontrol Diri

Aspek-aspek kontrol diri menurut Averill (dalam Thalib, 2010) adalah sebagai berikut :

### a. Mengontrol Perilaku (*Behavioral Control*)

Mengontrol perilaku merupakan kemampuan untuk memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku dibedakan atas dua komponen, yaitu :

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- 1) Kemampuan mengatur pelaksanaan (*regulated administration*), yaitu menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan dirinya sendiri atau orang lain atau sesuatu diluar dirinya. Individu dengan kemampuan mengontrol diri yang baik akan mampu mengatur perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya.
- 2) Kemampuan mengatur stimulus (*stimulus modifiability*), merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi. Ada beberapa cara yang dapat digunakan, yaitu mencegah atau menjauhi stimulus, menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir, dan membatasi intensitasnya.

#### b. Mengontrol Kognitif (*Cognitive Control*)

Mengontrol kognitif merupakan cara seseorang dalam menafsirkan, menilai, atau menggabungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif. Mengontrol kognisi merupakan kemampuan dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan untuk mengurangi tekanan. Mengontrol kognitif dibedakan atas dua komponen, yaitu :

- 1) Kemampuan untuk memperoleh informasi (*information again*), informasi yang dimiliki individu mengenai suatu keadaan akan membuat individu mengantisipasi keadaan melalui berbagai perkembangan objektif.
- 2) Kemampuan melakukan penilaian (*appraisal*) , penilaian yang dilakukan individu merupakan usaha untuk menilai dan menafsirkan suatu keadaan dengan memerhatikan segi-segi positif secara subjektif.

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### c. Mengontrol Keputusan (*decision control*)

Mengontrol keputusan merupakan kemampuan individu untuk memilih dan menentukan tujuan yang diinginkan. Kemampuan mengontrol keputusan akan berfungsi baik bilamana individu memiliki kesempatan, kebebasan, dan berbagai alternatif dalam melakukan suatu tindakan.

### 3 Faktor -Faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri

Faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Ghufron dan Rini (2010) secara garis besarnya faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri terdiri dari:

#### a. Faktor internal

Faktor internal yang ikut andil terhadap kontrol diri adalah usia. Semakin bertambah usia seseorang maka, semakin baik kemampuan mengontrol diri seseorang itu dari diri individu.

#### b. Faktor eksternal

Faktor internal yang mempengaruhi kontrol diri seseorang adalah kondisi sosio-emosional lingkungannya, terutama lingkungan keluarga dan kelompok teman sebaya. Apabila lingkungan tersebut cukup kondusif, dalam arti kondisinya diwarnai dengan hubungan yang harmonis, saling mempercayai, saling menghargai, dan penuh tanggung jawab, maka remaja cenderung memiliki kontrol diri yang baik. Hal ini dikarenakan remaja mencapai kematangan emosi oleh faktor-faktor pendukung tersebut.

## Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Berdasarkan hasil penelitian Nasichah (2000) menunjukkan bahwa persepsi remaja terhadap penerapan disiplin orangtua yang semakin demokratis cenderung diikuti tingginya kemampuan mengontrol dirinya. Oleh sebab itu, bila orangtua menerapkan sikap disiplin kepada anaknya secara intens sejak dini, dan orangtua tetap konsisten terhadap semua konsekuensi yang dilakukan anak bila ia menyimpang dari yang sudah ditetapkan, maka sikap kekonsistensian ini akan diinternalisasi anak dan kemudian akan menjadi kontrol diri baginya.

## B. Kecerdasan Spiritual

### 1. Pengertian Kecerdasan Spiritual

Menurut Tasmara (2011) kecerdasan spiritual (*transcendental intelligence*) adalah kemampuan seseorang untuk mendengarkan hati nuraninya atau bisikan kebenaran yang mengilahi dalam cara dirinya mengambil keputusan atau melakukan pilihan-pilihan, berempati dan beradaptasi. Untuk itu, kecerdasan spiritual sangat ditentukan oleh upaya untuk membersihkan dan memberikan pencerahan qalbu (*tazkiyah, tarbiyahtul quluub*) sehingga mampu memberikan nasehat dan arah tindakan serta cara untuk mengambil keputusan. Qalbu harus senantiasa pada posisi menerima curahan cahaya ruh yang bermuatan kebenaran dan kecintaan kepada Allah.

Menurut Zohar dan Marshall (2001) dalam penjelasannya, ia lebih menekankan aspek nilai dan makna sebagai unsur penting dari kecerdasan spiritual. Kecerdasan spiritual yang mereka maksudkan adalah: kecerdasan untuk menyelesaikan masalah makna dan nilai, kecerdasan untuk

memposisikan perilaku dan hidup kita dalam konteks makna yang lebih luas dan kaya, kecerdasan untuk menaksir bahwa suatu tindakan atau jalan hidup tertentu lebih bermakna dari pada yang lain. Kecerdasan spiritual adalah pondasi yang diperlukan untuk memfungsikan IQ (Kecerdasan Otak) dan EQ (Kecerdasan Emosi) secara efektif. Bahkan SQ (Kecerdasan Spiritual) adalah kecerdasan tertinggi kita.

Menurut Agustian (2001) Kecerdasan spiritual adalah kemampuan untuk memberi makna ibadah terhadap setiap perilaku dan kegiatan, melalui langkah-langkah dan pemikiran yang bersifat fitrah menuju manusia yang seutuhnya (hanif), dan memiliki pola pemikiran tauhid (integralistik) serta berprinsip “hanya karena Allah”.

Menurut Khavari (dalam Saifullah, 2005) bahwa kecerdasan spiritual juga merupakan fakultas dari dimensi nonmaterial manusia atau ruh manusia. Demikian pula seperti yang dikemukakan oleh Muhammad Zuhri (dalam Yosef, 2005) bahwa kecerdasan spiritual adalah kecerdasan manusia yang digunakan untuk berhubungan dengan Tuhan. Asumsinya adalah jika seseorang hubungan dengan Tuhannya baik maka bisa dipastikan hubungan dengan sesama manusia pun akan baik pula.

Pandangan lain yang senada juga dikemukakan Michael Levin (dalam Safaria, 2007) bahwa kecerdasan spiritual adalah sebuah perspektif yang artinya mengarahkan cara berpikir kita menuju kepada hakekat terdalam kehidupan manusia, yaitu penghambaan diri pada Sang Maha Suci dan Maha Meliputi. Kecerdasan spiritual tertinggi hanya bisa dilihat jika individu telah

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mampu mewujudkannya dan terefleksi dalam kehidupan sehari-harinya. Artinya sikap-sikap hidup individu mencerminkan penghayatannya akan kebajikan dan kebijaksanaan yang mendalam, sesuai dengan jalan suci menuju pada Sang Pencipta.

Menurut (Agustian, 2001) Kecerdasan spiritual adalah kemampuan untuk memberi makna spiritual terhadap pemikiran, perilaku dan kegiatan, serta mampu menyinergikan IQ, EQ, dan SQ secara komprehensif, yang paling sempurna kecerdasan spiritual harus bersumber dari ajaran agama yang dihayati sehingga seseorang yang beragama sekaligus akan menjadi orang yang memiliki kecerdasan spiritual yang tinggi.

Kecerdasan spiritual dapat ditingkatkan dengan berbagai cara yaitu dengan merenungi keterkaitan antara segala sesuatu atau makna dibalik peristiwa yang dialami, lebih bertanggung jawab terhadap segala tindakan, lebih menyadari akan diri sendiri, lebih jujur pada diri sendiri, dan lebih berani (Zohar & Marshall, 2001). Sementara Safaria (2007) mengatakan bahwa kecerdasan spiritual dapat dikembangkan dengan terus senantiasa menanamkan kecenderungan Ilahiah atau Rabbaniyah (kecenderungan yang positif) dan menekan kecenderungan Syaithaniyah (kecenderungan yang negatif), karena jiwa manusia seperti dua sisi mata uang dimana yang satu cenderung kepada kebajikan dan sisi yang lainnya cenderung kearah yang berlawanan.

Berdasarkan beberapa pengertian diatas, dapat disimpulkan bahwa kecerdasan spiritual adalah kemampuan seseorang untuk yakin dan berpegang

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

teguh terhadap nilai spiritual, selalu berperilaku sesuai dengan nilai-nilai islam dalam hidup dan mampu untuk menempatkan diri dalam kebermaknaan diri yaitu ibadah dengan merasakan bahwa Tuhan selalu melihat setiap perbuatan yang dilakukan, sehingga dapat hidup dengan mempunyai jalan dan kebermaknaan yang akan membawa kepada kebahagiaan dan keharmonisan seperti menjalankan sholat fardu lima waktu setiap harinya. Seorang muslim yang memiliki kecerdasan spiritual akan berbudi pekerti luhur, taat beribadah kepada Allah, bijaksana, peduli dan peka dalam kehidupan sosial, keluarga, maupun terhadap lingkungan. Itu semua adalah sebagai perwujudan jiwa seseorang yang selalu bersandar kepada Allah dan diaplikasikan pada perilaku dalam kehidupan.

## 2. Aspek-aspek Kecerdasan Spiritual

Menurut Tasmara (2011), aspek-aspek kecerdasan spiritual yaitu:

### a. Shiddiq

Shiddiq adalah orang yang benar dalam semua kata, perbuatan, dan keadaan batinnya. Perilaku yang jujur adalah perilaku yang diikuti dengan sikap tanggung jawab atas apa yang diperbuatnya. Dalam usaha untuk mencari kecerdasan spiritual sifat Shiddiq seseorang harus melalui beberapa hal diantaranya adalah:

#### 1) Jujur pada diri sendiri

Jujur berarti berterus terang, mengatakan apa adanya. Sedangkan diri sendiri berarti kepunyaan sendiri, milik sendiri. Jadi,

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

jujur pada diri sendiri adalah suatu keadaan dimana seseorang dapat berterus terang pada dirinya sendiri.

#### 2) Jujur pada orang lain

Sikap jujur pada orang lain berarti sangat prihatin melihat penderitaan yang dialami oleh mereka. Sehingga, seseorang yang shiddiq mempunyai sikap dan mempunyai jiwa pelayanan yang prima (sense of stewardship).

#### 3) Jujur terhadap Allah

Jujur terhadap Allah berarti berbuat dan memberikan segala-galanya atau beribadah hanya untuk Allah. Kejujuran kepada Allah dilakukan dengan sangat khusyu'. Pengakuan kepada Allah SWT dengan kesadaran dan mengakui kesalahannya.

#### 4) Menyebarkan salam

Menyebarkan salam berarti menyebarkan kedamaian dan keselamatan. Menyebarkan salam adalah perintah Allah SWT dan Rasulullah SAW. Abu Umarah Al-Barra' Bin Azib RA berkata, “Rasulullah SAW menyuruh kami melaksanakan tujuh hal, yakni menjenguk orang yang sakit, mengantarkan jenazah, mendo'akan orang yang bersin, menolong orang yang lemah, membantu orang yang teraniaya, menyebarkan salam, dan menepati janji.

#### b. Istiqamah

Sikap istiqamah menunjukkan kekuatan iman yang merasuki seluruh jiwanya, sehingga dia tidak mudah goncang atau cepat menyerah

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

pada tantangan atau tekanan. Mereka yang memiliki jiwa istiqamah itu adalah tipe manusia yang merasakan ketenangan luar biasa (iman, aman, muthmainah) walau penampakannya diluar bagai orang yang gelisah. Dia merasa tenteram karena apa yang dia lakukan merupakan rangkaian ibadah sebagai bukti “yakin” kepada Allah SWT dan Rasul-Nya. Sikap istiqamah ini dapat terlihat pada orang-orang :

#### 1) Mempunyai Tujuan

Sikap istiqamah hanya merasuki jiwa seseorang bila mereka mempunyai tujuan atau ada sesuatu yang ingin dicari. Mereka mempunyai visi yang jelas dan dihayatinya sebagai penuh kebermaknaan yang memberikan kebaikan semata.

#### 2) Kreatif

Orang yang memilki sifat istiqamah akan tampak dari kretivitasnya, yaitu kemampuan untuk menghasilkan sesuatu melalui gagasan-gagasannya yang segar, mereka mampu melakukan deteksi dini terhadap permasalahan yang dihadapinya, haus akan imformasi, dan mempunyai rasa ingin tahu yang besar (curiosity) serta tidak takut pada kegagalan.

#### 3) Menghargai Waktu

Menghargai waktu adalah ketika seseorang dapat menggunakan waktu yang dimiliki untuk melakukan hal-hal yang bermanfaat. Rasulullah saw. Bersabda, “Jangan mencerca waktu karena Allah pemilik waktu.” (HR. Ahmad).

## Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## 4) Sabar

Sabar merupakan suasana batin yang tetap tabah, istiqamah pada awal dan akhir ketika menghadapi masalah. Didalam jiwa orang yang sabar terdapat beberapa hal yang diantaranya mampu menerima dan menghadapi tantangan dengan tetap konsisten dan berpengharapan, berkeyakinan Allah tidak akan memberikan beban diluar kemampuannya.

## 5) Fathanah

Fathanah diartikan sebagai kemahiran, atau penguasaan terhadap bidang tertentu. Seorang yang memiliki sikap fathanah didasarkan pada sikap moral atau akhlak yang luhur, memiliki kebijaksanaan, atau kearifan dalam berpikir dan bertindak.

## 6) Amanah

Amanah artinya jujur atau dapat dipercaya. Secara bahasa, amanah dapat diartikan sebagai sesuatu yang dipercayakan atau kepercayaan. Didalam nilai diri yang amanah itu ada beberapa nilai yang melekat, yaitu rasa ingin menunjukkan hasil yang optimal, merasakan bahwa hidupnya memiliki nilai, ada sesuatu yang penting, mereka merasa dikejar dan mengejar sesuatu agar dapat menyelesaikan amanahnya dengan sebaik-baiknya.

## 7) Tablig

Mereka yang memiliki sifat tabliq mampu membaca suasana hati orang lain dan berbicara dengan kerangka pengalaman serta lebih

## Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

banyak belajar dari pengalaman dalam menghadapi persoalan-persoalan hidup. Fitrah manusia sejak kelahirannya adalah kebutuhan dirinya kepada orang lain.

Berdasarkan kelima aspek-aspek kecerdasan ruhaniah dari Tasmara (2001) maka dapat disimpulkan, bahwa kecerdasan Spiritual adalah kemampuan atau kapasistas seseorang untuk penggunaan nilai-nilai agama baik dalam berhubungan secara vertikal atau hubungan dengan Allah SWT (Hab lum minallah) dan hubungan secara horizontal atau hubungan sesama manusia (Hab lim min"nan nas) yang dapat dijadikan pedoman suatu perbuatan yang bertanggung jawab didunia maupun diakhirat. Dengan kata lain Kecerdasan Spritual kondisi dimana seseorang yang telah dapat mendengar suara hati karena pada dasarnya suara hati manusia masih bersifat universal, tapi apa bila seseorang telah mampu memunculkan beberapa sifat-sifat dari Allah yang telah diberikan-Nya kepada setiap jiwa manusia dalam bentuk yang fitrah dan suci maka akan memunculkan sifat takwa.

### 3. Faktor - faktor Yang Mempengaruhi Kecerdasan Spiritual

Zohar dan Marshall (2001) mengungkapkan ada beberapa faktor yang mempengaruhi kecerdasan spiritual, yaitu :

- a. Sel Saraf Otak

Otak menjadi jembatan antara kehidupan bathin dan lahiriah kita. Ia mampu menjalankan semua ini kerana bersifat kompleks, luwes, adaptif dan mampu mengorganisasikan diri. Menurut penelitian yang dilakukan

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

pada era 1990-an dengan menggunakan WEG (Magneto-Encephalography) membuktikan bahwa osilasi sel saraf otak pada rentang 40 Hz merupakan basis bagi kecerdasan spiritual.

b. Titik Tuhan (God Spot)

Dalam penelitian Rama Chandra menemukan adanya bagian dalam otak, yaitu lobus temporal yang meningkat ketika pengalaman religius atau spiritual berlangsung. Dia menyebutnya sebagai titik tuhan atau god spot. Titik tuhan memainkan peran biologis yang menentukan dalam pengalaman spiritual. Namun demikian, titik tuhan bukan merupakan syarat mutlak dalam kecerdasan spiritual. Perlu adanya integrasi antara seluruh bagian otak, seluruh aspek dan seluruh segi kehidupan.

### C. Kerangka Berfikir

Teori utama yang digunakan untuk kontrol diri yaitu teori dari Ghufron. Menurut Ghufron (2012) kontrol diri seringkali diartikan sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif. Kontrol diri juga merupakan salah satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan individu selama proses-proses dalam kehidupan, termasuk dalam menghadapi kondisi yang terdapat di lingkungan yang berada disekitarnya. Para ahli berpendapat bahwa kontrol diri dapat digunakan sebagai suatu intervensi yang bersifat preventif selain dapat mereduksi efek-efek psikologis yang negatif dari stressor-stressor lingkungan.





## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Ada banyak faktor yang mempengaruhi tingkat kontrol diri pada seseorang, secara garis besar dapat dikelompokkan menjadi faktor eksternal dan internal. Faktor internal yaitu usia dan kematangan sedangkan faktor eksternal di antaranya adalah lingkungan keluarga (Hurlock, 1980). Salah satu faktor yang mempengaruhi kontrol diri adalah kecerdasan spiritual, dapat dilihat dalam penelitian yang dilakukan oleh Mariska (2017) yang berjudul “*Hubungan antara kecerdasan spiritual dengan kontrol diri pada mahasiswa di Universitas Gunadarma*” dengan hasil penelitian yang menyatakan bahwa mahasiswa yang memiliki kecerdasan spiritual yang tinggi mampu mengontrol diri atau tindakan yang merugikan baik bagi dirinya sendiri maupun bagi orang lain serta dapat mengambil makna disetiap tindakannya. Hal ini didukung oleh pernyataan Zohar & Marshall (2007) bahwa dalam masa perkembangannya, remaja memerlukan kecerdasan spiritual.

#### D. HIPOTESIS

Berdasarkan uraian-uraian yang telah dipaparkan, maka penulis mengajukan hipotesis, yaitu terdapat hubungan antara kecerdasan spiritual dengan kontrol diri.